

今、改めて 災害に備えよう!!

八代市の中心には1級河川 球磨川が流れており、東側には九州山地、西側には八代海があります。自然が豊かではありますが、大雨や台風の時など、自然の猛威にさらされることも多く、近年、異常気象等により、全国各地で河川の氾濫などの災害が起きています。八代市でも令和2年7月豪雨で甚大な被害が発生しました。

皆さんも身近な問題として「自らの命は自らが守る」という意識を持って、イザ!という時のために準備をしておきましょう。そして、適切な避難行動を早めにとるよう心がけましょう。

備えていますか? 今回は、1～4についてお知らせします。

1 ハザードマップ

5 家具の置き方

2 避難場所や避難経路

6 安否確認方法

3 非常用持ち出しバッグ(袋)

7 情報の収集

4 食料・飲料などの日常備蓄

8 警戒レベル

1 ハザードマップで「3つの条件」を確認

【ハザードマップとは・・・】

河川の氾濫など、自然災害による被害の軽減や防災対策に使用する目的で、被害が想定される区域、避難場所、避難経路、防災関係施設の位置などを地図上に現したものです。右の5つが図示されています。

- ・土砂災害によって命が脅かされる危険性が認められる区域
- ・河川が氾濫したときに浸水が想定されるおそれのある区域
- ・大雨が降ると冠水し車両が水没するおそれのある箇所
- ・土砂崩れや落石の危険のため通行規制が行われる箇所
- ・指定緊急避難場所等

ハザードマップをご存知ですか？

八代市のハザードマップ（総合防災マップ・表紙→）は、各家庭に配布されました（令和元年）。（WEB版はこちら↓）

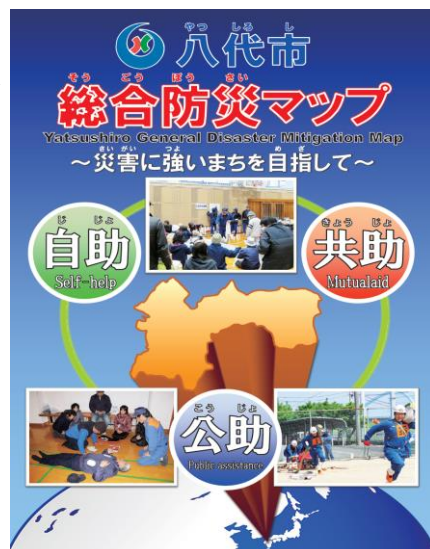
http://www.city.yatsushiro.lg.jp/bousai/hazardmap/flow_01.html

ハザードマップで自宅・避難所・避難する場所（親戚・友人・知人宅など）は、「3つの条件」に該当するか、普段から確認しておきましょう。

条件①家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないこと

条件②浸水深より居室が高いこと

条件③水がひくまで我慢でき、水・食糧などの備えが十分にあること



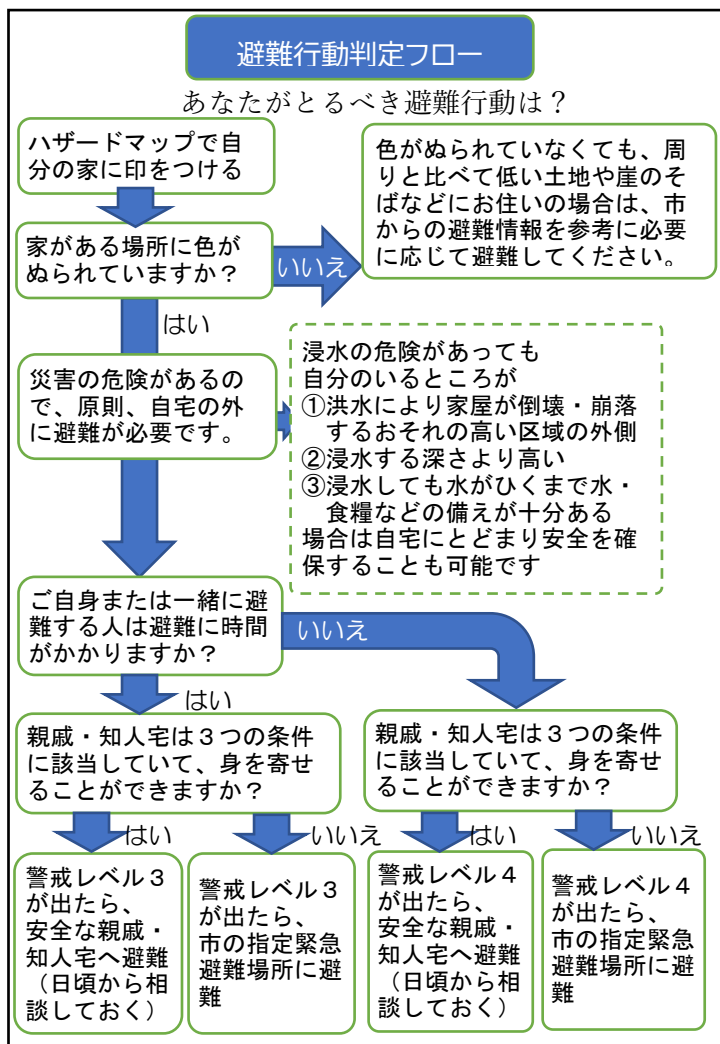
八代市のハザードマップ（表紙）

2 避難場所や避難経路を確認しておきましょう

「避難」って、何をすればいいの？

避難とは、難を避けること。学校やコミュニティセンターなどの指定避難所への移動だけが避難ではありません。住んでいる地域、状況、人によって方法は様々です。安全な親戚・知人宅、ホテル・旅館に避難することや、時と場所によっては横だけでなく縦の移動も考えましょう。

普段から、災害時、どう行動するか、どの道を通って、どこに避難すれば安全か、それぞれ別々の場所にいるときに災害が起こった場合の連絡方法や集合場所など、あらかじめ家族で決めておきましょう。「避難行動判定フロー」を参考にチェックしてみてください。



【避難場所にするときの確認】

- ・屋内安全確保：
先に書いた3つの条件に該当しているか確認
- ・行政が指定した避難所への避難：
マスク、消毒液、体温計、スリッパ、常備薬など自分で必要な物を持参しましょう。
- ・安全な親戚・知人宅への避難：
普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。
- ・安全なホテル・旅館への避難：
通常の宿泊料が必要です。ハザードマップで3つの条件に該当しているかを確認し、予約しましょう。

※避難するときは、持ち物を最小限にして、両手が見えるようにしておきましょう。
※暗くなっていたり、水位上昇で足元が見えないなど、動くことが危険だと思うときは、今居る場所でガケから離れた部屋や上の階に上がるなどの移動をしましょう。



【避難スイッチカード】

八代市では、避難するタイミングなどを記入し、災害に備える「避難スイッチカード」を準備しています。土砂災害・洪水浸水災害用のものですが、いざという時のために準備しておく安心です。
ここからダウンロードできます。
<http://www.city.yatsushiro.lg.jp/kiji/00315123/index.html>



氏名

【 土砂災害 ・ 洪水浸水災害 】
避難スイッチカード

◆自宅の災害リスク

浸水想定：()m～()m

土砂災害：土砂災害警戒区域
土砂災害特別警戒区域
なし
※該当する項目に○を付ける

| | | | |
|-------|----------------------------|-------------------------------|-------------|
| いつ | (例) 萩原の観測所の水位が3.6mになったとき | | |
| だれと | (例) 妻と一緒に | | |
| どのように | (例) 娘の家は自家用車で移動 コミセンは徒歩で移動 | | |
| どこに | 1番 (ベスト) | 2番 (セカンドベスト) | 3番 (サードベスト) |
| | (例) 娘の家 | (例) コミセン | (例) 自宅の2階 |
| 何を持って | 食料品 | ・レトルト食品 ・缶詰 ・カップ麺 | |
| | 飲み物 | ・水 ・お茶 | |
| | 生活用品 | ・毛布 ・懐中電灯 ・着替え ・タオル ・薬 ・小銭 | |

※夜間や大雨が降っているときは、建物の2階以上か、山とは反対側の場所に避難してください。

3 非常用持ち出しバッグ (袋)

過去の震災時の避難所では「支援物資を求める人が多く、全員に行き渡らない」「トイレに長蛇の列ができていて、トイレに行きたい時に行けない」等の問題がありました。

いつ起こるか分からない自然災害に対して、日頃から各家庭で食料品や生活用品を備えておきましょう。災害発生後に自宅が無事で、地域に火災発生等の危険が無い場合は、引き続き自宅で過ごしましょう。



非常持ち出し袋の中身 (一例)

- リュックサック
(地震時に発生する火災を想定し、難燃性のものが良い)
- 常備薬 (おくすり手帳)
- 救急セット
- 医薬品
- メガネまたはコンタクトレンズの予備
- 携帯電話の予備バッテリーや蓄電池
- 携帯電話充電器 (手回し式が有効)
- 懐中電灯 (電池式の場合は予備電池も)
- ラジオ (手回し式が有効)
- 電池、ロープ
- ライターやマッチ
- 飲料水
(目安は、3リットル/1人/1日 (大人))
- 非常食：アルファ化米、レトルト食品、缶詰、乾パンやクラッカー等、栄養補助食品等
- 乳幼児：粉 (液体) ミルク、離乳食、おやつ、哺乳ビンなど
- 防災頭巾やヘルメット
- (防災) 地図
- 笛やブザー
- 携帯トイレ (目安は大人ひとり5回分)
- 歯磨きセット
- 紙おむつや生理用品
- 水のいらない石鹸
- 着替え (下着含む)
- タオル
- 寝袋や保温シート
- 雨具
- 軍手 (厚手で滑り止めがついているものがおすすめ)
- 運動靴
- ナイフ、缶切
- 鍋や水筒
- 使い捨てカイロ
- ティッシュ (水に流せるものが便利)
- 現金
(公衆電話用に10円玉、100円玉も)
- 預金通帳など
- 印鑑
- 健康保険証などの身分証明書
- 筆記用具
- ごみ袋
- ビニール袋
【コロナ対策】
- 体温計、マスク、消毒液や除菌シート

【配慮が必要な方への準備】

災害が発生すると、乳幼児、高齢者、食事療法が必要な人、アレルギーがある人など、特殊な食品は手に入りづらいものです。

また、パン、おにぎり、カップ麺など炭水化物が多く、一人ひとりに合わせた食事形態は難しくなります。普段から、食べたいもの、食べなれているものを備蓄しましょう。

※次の項目 (日常備蓄) や公民館講座かわら版11 (災害に備えよう～パッキング講座 (備蓄食品を食べなれた味で節水ポリ袋調理) も参考にしてください。

4 食料・飲料などの日常備蓄 (ローリングストック)

家庭で備蓄する際には、普段食べているものや、使っているものを常に少し多めに購入し、それらを備蓄品とする「日常備蓄 (ローリングストック)」が効果的です。

この方法によれば、普段食べ慣れない非常食 (例 乾パン等) を特別に準備する必要がなく、すぐに取り組みことができます。備蓄品の賞味期限や使用期限が近づいてきたら、日常生活の中で消費し、消費した分だけ補充することで、備蓄量を一定に保つことができます。

「日常備蓄一覧」を参考に、各家庭で必要なものをリストアップしてみてください。

なお、家庭によって必需品や必要量は異なりますが、生活する上で必要な物は7日分 (最低3日分) 備蓄しておきましょう。特に、乳幼児や高齢者がいる世帯では、ミネラルウォーターを多めに準備しておくとういことです。



日常備蓄一覧(一例)

食品等
 飲料水、ミネラルウォーター
 無洗米
 おかゆ等柔らかい食品
 レトルトご飯
 レトルト食品
 乾麺
 即席麺
 缶詰(主菜)さば缶等
 缶詰(果物等)
 野菜ジュース
 菓子類(チョコレート等)
 栄養補助食品
 健康飲料粉末
 調味料(塩、しょうゆ等)
 生活用品
 ごみ袋
 トイレットペーパー
 ティッシュペーパー
 ウェットティッシュ
 食品用ラップ

乾電池
 ライターやマッチ
 使い捨てカイロ
 救急箱
 常備薬
 生理用品
 補聴器用電池
 衛生用品
 携帯トイレ
 使い捨てポリ手袋
 歯磨きセット
 入歯洗浄剤
 水のいらぬ石鹸

●あると便利なもの●
 カセットコンロ
 ガスボンベ
 おくすり手帳

●乳幼児●
 粉ミルク・液体ミルク等
 離乳食、ベビーフード
 レトルト粥、フルーツ缶詰
 菓子類、食べなれたふりかけ
 おしりふき、おむつ
 母子手帳 など

●高齢者、介護が必要な人●
 使い慣れた食器、食具
 市販のレトルト介護食
 とろみ剤 など

●食事療法が必要な人●
 食物繊維が補えるレトルト食品
 缶詰、乾物、
 たんぱく質調整食品
 水煮のレトルト食品 など

●食物アレルギーのある人●
 食物アレルギー対応食品 など

【大人一人(7日分)あたりの備蓄量目安】

飲料水 21リットル (3リットル(1日あたり)×7日分)
 食料 21食 (3食(1日あたり)×7日分)
 携帯トイレ 35回分 (5回(1日あたり)×7日分)

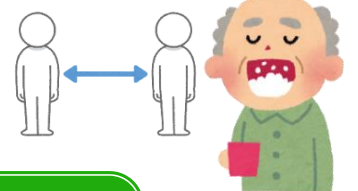
トイレは我慢できません。そして必ず行きたくなるものです。
 過去の災害では、トイレが不安で水を飲むのを控えた人が多く、トイレを我慢したことによる様々な影響で、災害関連死に至った人も多くいたとの事です。
 また、トイレを使うには、流すための水(上水道)と流れるための経路(下水道)の両方が必要です。建物が頑丈なマンションでも内部の配管が壊れたり、停電で水のくみ上げができなかったりすれば、建物内のトイレが使用不能になることがあります。
 そのため、災害用トイレ(携帯トイレ)を準備する必要があるのです。



いかがでしたか。
 いざという時に備えておきましょう。
 項目5~8については、次回、お知らせします。



手洗い・うがい・ソーシャルディスタンス・理想的な生活習慣で、ウイルスにかかりにくい免疫力・抵抗力をつけましょう。



※参考ウェブサイト
 ●政府広報オンライン
<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201906/2.html>
 ●防災情報くまもと
<https://portal.bousai.pref.kumamoto.jp/?l=15-0%2C43-0%2C52-0%2C96-0&ll=32.63820000000001%2C130.77610000000007&z=9&municipalityCd=430005>
 ●八代市総合防災マップ
http://www.city.yatsushiro.lg.jp/bousai/hazardmap/index.html?lay=saigai_01
 ●荒川区
<https://www.city.arakawa.tokyo.jp/a013/bousai/sonae/nitijoubitiku.html>

八代市教育委員会 生涯学習課のLINE公式アカウントができました!
 お友だち登録いただきますと、講座情報などをお知らせします♪



発行・編集：八代市教育委員会 生涯学習課
 問い合わせ：0965-30-1110
syogai@city.yatsushiro.lg.jp

